

ビギナー・マラソン教室



9月17(土)、18日(日)に合宿練習を行いました。17日は西条ひうち陸上競技場で約1時間、ペース走をしました。会員さんそれぞれのレベルに合わせて4つのグループに分かれて走りました。この日はあいにくの雨でしたが、会員さん・スタッフ共に雨にも負けず練習を乗り越えました。

18日は池田池周辺にてLSDをしました。4つのグループに分かれて、それぞれのペースで約1時間走りました。晴れてはいみませんでした。前日の雨は見られませんでした。



17日の夜には、アサヒビール園で懇親会をしました。会員さんと一緒に楽しい時間を過ごしました。また、18日の練習会后に温泉「ひうちの湯」で、疲れを癒しました。今回の疲労をしっかりとって、次回の練習会も頑張りましょう！